

Techniques d'intervention et de sauvetage en kayak de mer

U.K.A. - Union des Kayakistes de l'Auberge de Jeunesse de Paimpol (1).
Adaptation Guy Lecointre.
Dessins Véronique Olivier.

La première sécurité en kayak de mer consiste à faire de bons choix de navigation. Cependant, un jour ou l'autre, le kayakiste peut se trouver face à des situations qui exigent de maîtriser des techniques d'intervention et de sauvetage. Il est donc indispensable de s'entraîner à ces gestes de sécurité.

L'esquimautage est une technique magique qui consiste à redresser, sans le quitter, son kayak, lorsqu'il s'est retourné. A l'entraînement, l'exercice est accessible à beaucoup de kayakistes un peu motivés, il permet de travailler l'équilibre et donne de l'assurance sur l'eau. La pratique du geste est signe de maîtrise de l'art et est à encourager. Dans la réalité, l'esquimautage n'est pas un moyen de sécurité absolu. En dehors de l'entraînement et des jeux de plage, en mer, un chavirement involontaire peut être dû à une faute d'inattention ou encore à une erreur dans l'appréciation de ses capacités par rapport aux conditions de navigation rencontrées. Même pour le kayakiste confirmé, la surprise, la fatigue, le froid, un kayak de randonnée lourdement chargé, des appuis difficiles à négocier dans une mer agitée, un vent ou un courant défavorables, la proximité des cailloux ou du fond, un manque d'entraînement régulier, le stress, un manque de calages sur un nouveau bateau, seront autant de handicaps dans la réussite du geste. Si le dessalage est dû à une mer difficile, le succès d'un second esquimautage (voire plus) sera encore plus aléatoire.

Ajoutons qu'il n'y a pas que le dessalage comme incident possible en mer. Fatigue excessive, tendinite, hypoglycémie, hypothermie, blessure, kayak plein d'eau, dérive bloquée, sont des problèmes qui peuvent survenir au fil des navigations. S'il y a peu d'accidents en kayak de mer, c'est que diverses méthodes d'intervention et de sauvetage, faciles à mettre en œuvre, ont été mises au point.

Tout d'abord, la navigation à plusieurs est le meilleur gage de sécurité. Pour cela, il est essentiel de développer une conscience de sécurité collective avec vos partenaires de navigation. Néanmoins, la navigation en solitaire n'est pas forcément imprudente si on a conscience de ses capacités, des caractéristiques de la zone de navigation, des conditions météo et de l'état de la mer.

La sécurité en kayak de mer implique que chacun doit être à même de récupérer un autre kayakiste et de le remorquer.

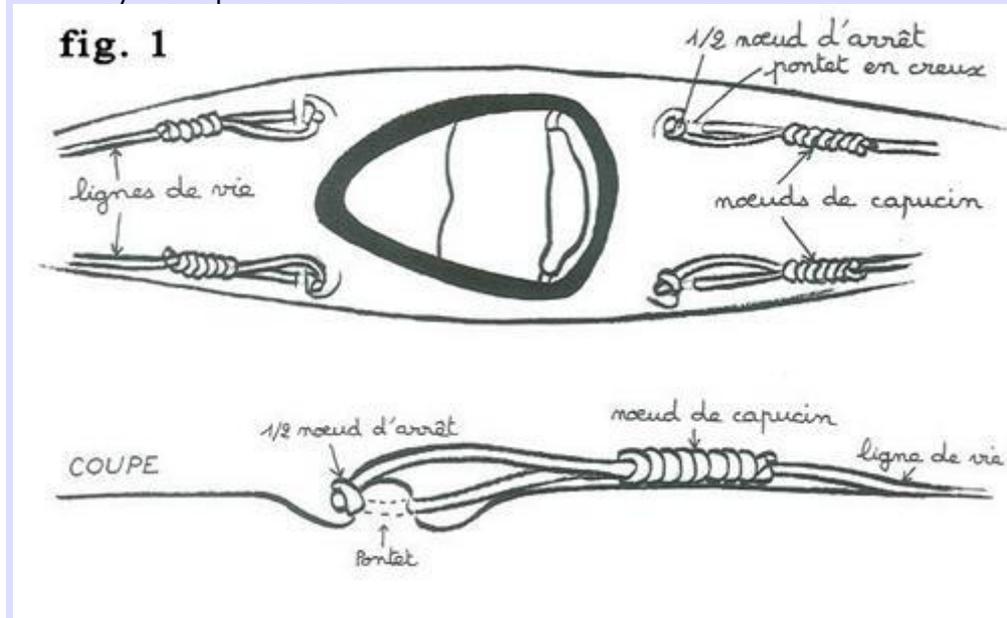
Par ailleurs, il est important de s'entraîner à approcher rapidement un kayak dans une mer qui bouge.

L'entraînement par la répétition permet d'acquérir des automatismes qui doivent laisser place à des adaptations en fonction des particularités de chaque situation.

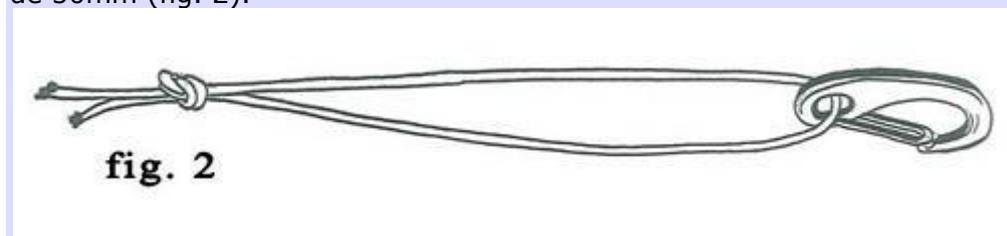
Certains exercices présentés ici relèvent de techniques éprouvées. D'autres sont plus des supports à l'entraînement, en favorisant l'aisance et l'adaptation au milieu. La responsabilité de la mise en œuvre de ces exercices appartient à chaque kayakiste. L'état de la mer et les conditions particulières de chaque situation feront que certains exercices seront adaptés ou pas. Entraînez-vous, apprenez auprès de kayakistes plus aguerris que vous, adressez-vous à des structures de formation.

Solidariser 2 kayaks

Pour un remorquage rapproché ou dans le cas de certaines récupérations en radeau : 1) rallonger de 50cm la ligne de vie (avant et arrière), après le nœud de fixation et y faire un nœud de capucin (fig. 1). Cette rallonge toujours disponible permet de solidariser deux kayaks rapidement.



2) utiliser un bout de 25cm en boucle, de diamètre 6mm, avec un mousqueton Wilchard de 50mm (fig. 2).



3) un bout ordinaire de 50cm peut aussi être utilisé.

4) le bout de remorquage peut aussi convenir à défaut.

Remorquages

Le bout de remorquage : il est indispensable d'avoir un matériel opérationnel utilisable avec efficacité dans des conditions difficiles : par mer agitée, dans le vent et le froid qui engourdit les doigts ; dans la situation de devoir larguer en traction ! Il doit être facilement accessible et lové correctement sur le kayak (ou dans le gilet).

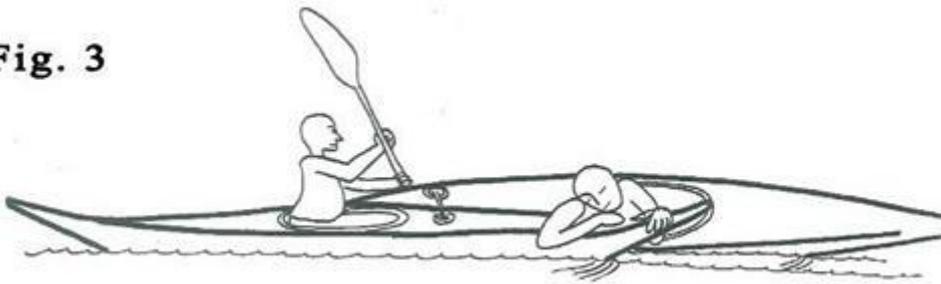
1. Classique : un kayak tractant un second, en condition normale, mais aussi dans les courants, le vent, le clapot un peu fort, etc. (le remorquage ne sert parfois qu'à faire garder un cap à un kayakiste en difficulté pour sa direction mais pas, ou peu, pour sa propulsion).

2. Le kayak sauveteur se met en parallèle contre le kayak secouru et le maintient fermement pour faire un radeau. Un ou deux kayaks remorquent le radeau.

3. Remorquage en poussée du bateau secouru collé à l'avant de celui du sauveteur (fig. 3). Le secouru s'appuie sur le kayak sauveteur (devant la trappe). Le sauveteur attache de préférence l'arrière du kayak du secouru à sa ligne de vie (voir Solidariser 2

kayaks).

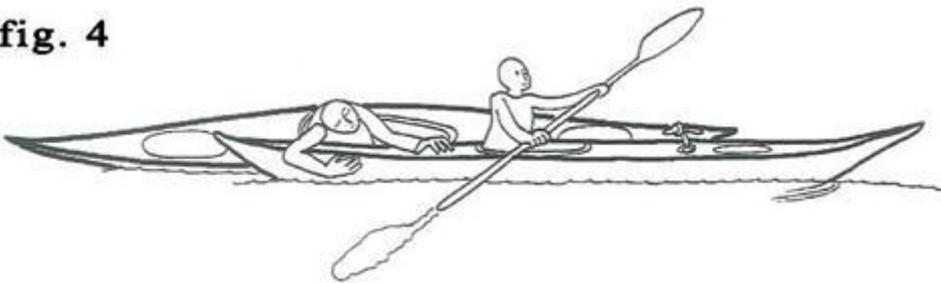
Fig. 3



Ce remorquage n'est efficace que sur quelques centaines de mètres, c'est bien pour aller au bord (si le bord peut être un abri) et surtout se sortir d'une situation délicate (se mettre dans un contre-courant, quitter un endroit dangereux). Pour ce remorquage, la propulsion s'effectue des deux côtés, en décentrant les mains sur la pagaie si besoin. Un ou deux kayakistes remorquent le radeau si nécessaire.

4. Même chose mais sur l'arrière du kayak du sauveteur (fig. 4). Idem que ci-dessus, ce remorquage ne peut pas durer longtemps (inconvenient : on ne voit pas le secouru).

fig. 4



5. Remorquage par conditions de surf : La seule solution est de naviguer de façon à ce que les bateaux ne surfent pas. Tirer des bords pour éviter la trajectoire imposant le surf.

Dessalage : conduite à tenir

1. De la part du dessalé : une fois sorti de son kayak, il doit saisir tout de suite la ligne de vie de son kayak et ne pas lâcher sa pagaie (sauf conditions particulièrement dangereuses) ; il doit suivre impérativement les instructions du sauveteur (et en général, il passe sa pagaie au sauveteur).

2. De la part du sauveteur : évaluer les dangers de la situation et utiliser une méthode d'intervention appropriée ; donner des consignes précises au secouru et, si besoin, aux autres kayakistes (demande d'aide ou autres consignes de sécurité) ; observer l'évolution de la situation (dérive, courant, rochers, vagues) ; prendre soin du secouru après sa récupération (même pour de petites sorties, il est utile d'avoir en secours un bonnet, une cagoule, un thermos de boisson chaude, des grignotis énergétiques et du sucre, et plus évidemment suivant le programme de navigation).

Récupération d'un dessalé

Il existe des méthodes où le secouru reste dans son kayak une fois retourné et attend en apnée l'intervention de ses compagnons. Nous ne les aborderons pas ici car elles sont surtout utiles à l'entraînement mais assez peu utilisables dans un cas réel. Il s'agit entre autres de la récupération en pointe et de la récupération esquimau en parallèle.

Méthodes ou le dessalé sort de son kayak

Se mettre au vent du bateau du dessalé. Le sauveteur a une position de pivot. Le kayak du secouru s'oriente dans l'axe du vent (ou du courant), la manœuvre en est facilitée. En plus, le kayak du secouru protégé par le kayak sauveteur subit moins l'éventuel assaut des vagues.

1. Récupération en X classique (fig. 5 et 6)

fig. 5



fig. 6



2. Récupération par mer agitée. 2 kayaks sauveteurs se mettent en radeau pour assurer une meilleure stabilité à l'opération. Pour le reste idem. (même par mer peu agitée cette procédure est intéressante).

3. Récupération "méthode anglaise" : les kayaks sauveteur et secouru sont collés l'un contre l'autre, tête-bêche. Le secouru se hisse en position couchée sur le ventre sur son kayak. Pour se hisser, il est souvent utile qu'il saisisse la ligne de vie du kayak sauveteur. Le sauveteur peut d'une main aider le secouru en le tirant par son gilet de sauvetage. Le secouru, à plat ventre sur son kayak, glisse ses jambes dans son hiloire, puis se retourne et se redresse. Les hiloires grandes tailles facilitent l'opération. Par mer agitée cette solution est intéressante car les kayaks sont en contact pendant toute la manœuvre. (fig. 7 et 8)

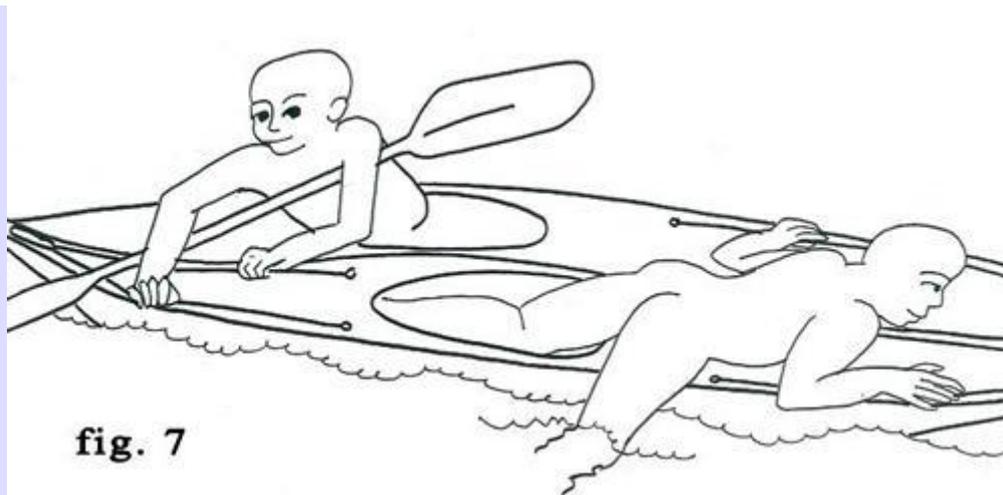


fig. 7

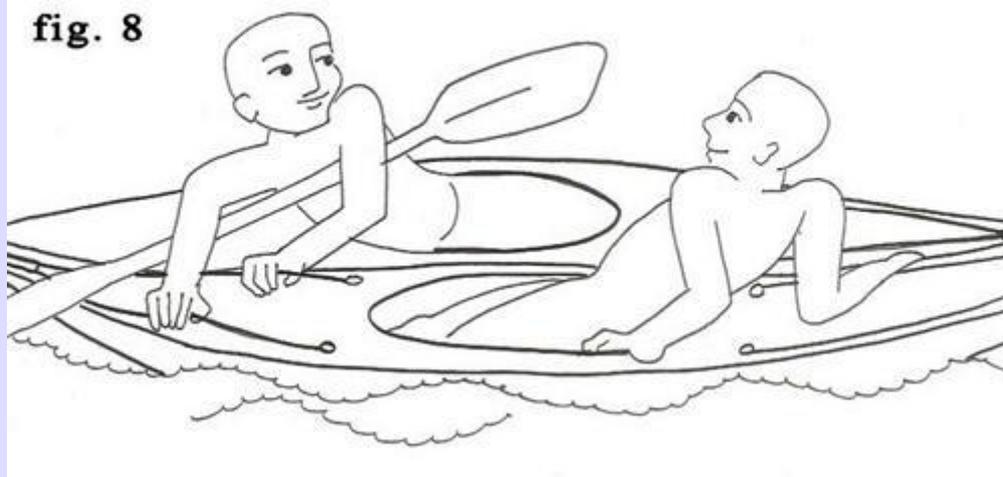


fig. 8

4. Récupération en eau très froide ou d'une personne isolée en état d'hypothermie mais consciente

4.1. S'il fait froid et qu'il y a urgence, faire remonter le naufragé dans son kayak encore plein d'eau et le vider dans un second temps avec la pompe ou une écope. Radeau et remorquage (voir Hypothermie).

4.2. Autre récupération dans ces conditions : 2 kayaks se mettent à couple près du secouru. Attacher les kayaks de préférence. Aider le naufragé à monter sur un des ponts de kayak derrière un des pagayeurs, les jambes sorties de l'eau (fig. 9) ou couché derrière.



fig. 9

a) pour une récupération classique faire un remorquage si nécessaire.

b) pour l'évacuation d'une personne en état d'hypothermie : recouvrir le secouru d'un sac de survie ou à défaut d'une couverture de survie et lui mettre un bonnet ou une cagoule (voir Hypothermie). Remorquer le radeau avec 2 ou 3 kayaks et aller à terre le plus rapidement possible.

Évacuation d'un dessalé d'une zone dangereuse

1. Si la situation est gérable on effectue la récupération sur le lieu du dessalage mais 1 ou 2 kayaks viennent immédiatement remorquer le kayak sauveteur pour l'écarter du danger ou lui éviter une dérive dangereuse : courant, vent, houle, ressac, etc. (fig. 10).

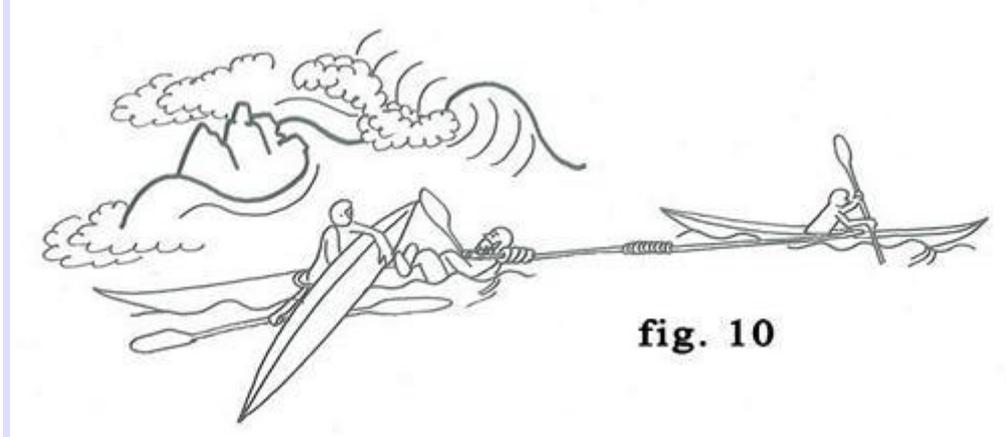


fig. 10

2. Réembarquement impossible sur le lieu du dessalage, bateau abîmé ou non. -
Priorité d'intervention pour le dessalé.

- Le corps du secouru doit offrir le moins de résistance possible dans l'eau et déstabiliser le moins possible le kayak sauveteur : le dessalé saisit la pointe arrière du kayak sauveteur et s'allonge dans son sillage ou bien passe ses jambes par-dessus le pont du kayak dans la position du cochon pendu. Il peut aussi se mettre à la pointe avant.

- En même temps, de façon synchronisée, 1 ou 2 kayaks remorquent activement le bateau sauveteur.

- Parallèlement, un autre kayakiste sort le kayak du dessalé de la zone dangereuse (avec l'aide d'un autre kayakiste si nécessaire).

Si les conditions sont vraiment difficiles : 2 ou 3 kayaks se mettent en position de remorquage en file indienne et reculent ensemble (en refusant le surf arrière) pour approcher le kayakiste en difficulté (ou son bateau). 2 bouts de remorquage peuvent être mis bout à bout pour que le kayak le plus près du danger soit le seul très exposé. Tout en sachant que **dans une situation difficile, voire extrême, aucune solution ne peut être préconisée. Seule l'expérience et le sang-froid permettent de parer au pire.**

Récupération d'une personne retournée inconsciente ou bloquée dans son kayak

Pour récupérer une personne renversée, toujours dans son kayak, le sauveteur se met en parallèle près du kayak du secouru très rapidement. La priorité est de sortir la tête du secouru de l'eau le plus vite possible et vers l'extérieur : pas entre les 2 kayaks (fig. 11). Pour ceci, saisir le gilet du secouru d'une main et repousser le kayak secouru de l'autre tout en le redressant. La difficulté varie suivant le profil de la coque du bateau et le gabarit du secouru...

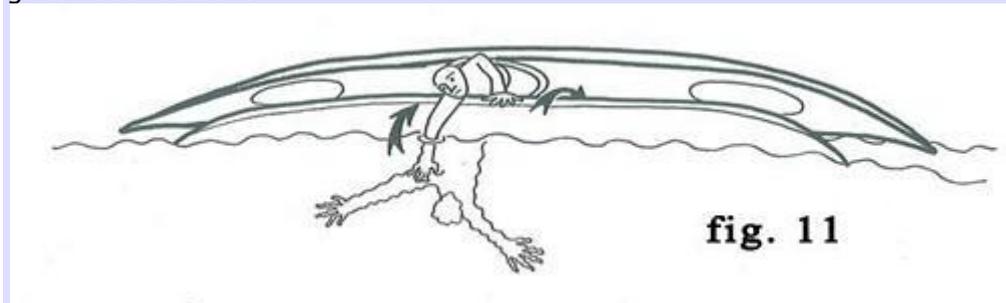


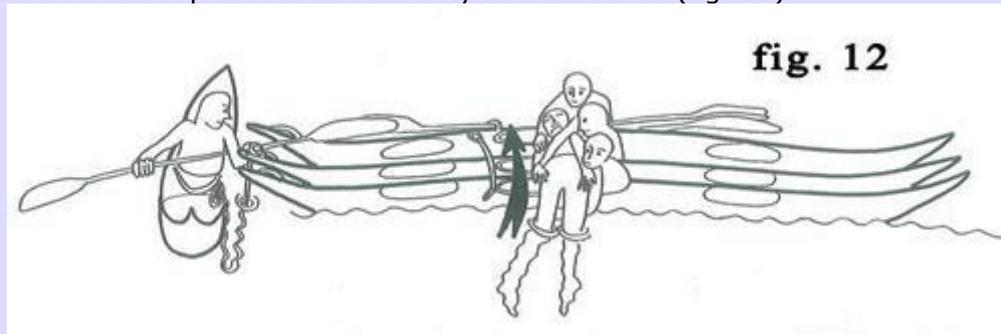
fig. 11

Évidemment 1 ou 2 kayaks peuvent venir en renfort, mais il est intéressant d'essayer de maîtriser seul cette technique. Faire que le haut du corps du secouru soit couché sur l'avant, ou l'arrière, de son kayak : l'effort de redressement en est facilité.

Récupération d'une personne inconsciente qui a quitté son kayak

(ou d'une personne inconsciente, isolée dans l'eau).

Priorité d'intervention pour la personne inconsciente. Le but est de hisser une personne inerte sur les ponts avant de 3 kayaks en radeau (fig. 12).



- Le sauveteur approche du secouru et lui sort la tête de l'eau.
- 2 autres kayaks viennent en parallèle pour faire un radeau
- Attacher les 3 kayaks par un bout (voir Solidariser 2 kayaks) et fixer les pagaies. Hisser le secouru sur les ponts avant des 3 kayaks en radeau. Important : il peut être utile que le sauveteur en 2e position sorte de son cockpit, et se mette à genoux ou debout, pour être dans une position plus efficace pour hisser le secouru sur les ponts des kayaks. C'est assez difficile de sortir une personne inerte de l'eau, d'autant plus que son gabarit est important.
- Le mettre sur le côté visage vers les sauveteurs pour voir ses réactions. Le glisser en le hissant dans un sac de survie, à défaut l'envelopper d'une couverture de survie.
- Dans le même temps 1, 2 ou 3 kayakistes se mettent en position de remorquage du radeau mais ne tractent pas tant que le radeau n'est pas attaché. Accrocher le bout de remorquage sur le kayak du milieu pour obtenir une traction plus efficace.
- Si le secouru est un kayakiste, une autre personne remorque le kayak du secouru.

Autre récupération : personne peu souple, de fort gabarit, blessée ou fatiguée

Le secouru réintègre son kayak placé sur la tranche. Les kayaks sauveteurs et secouru sont en parallèle (fig. 13).



Le sauveteur redresse le secouru et son kayak plein d'eau. Le sauveteur saisit la main

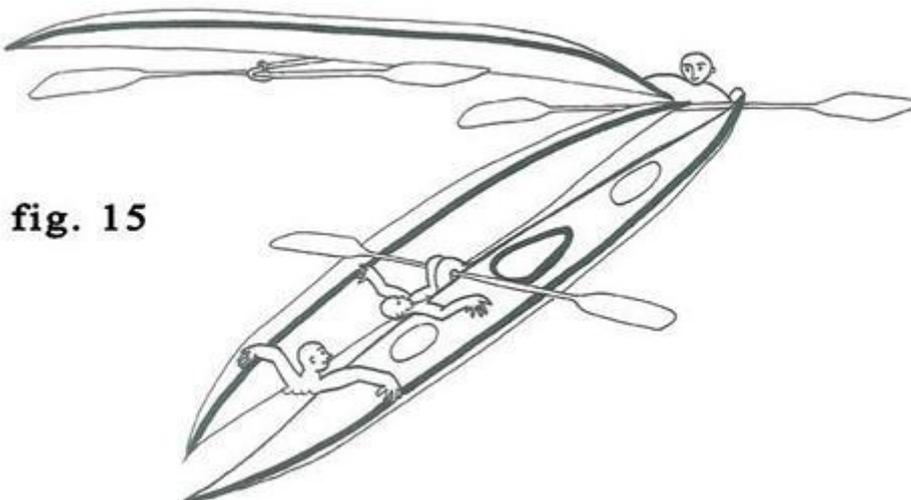
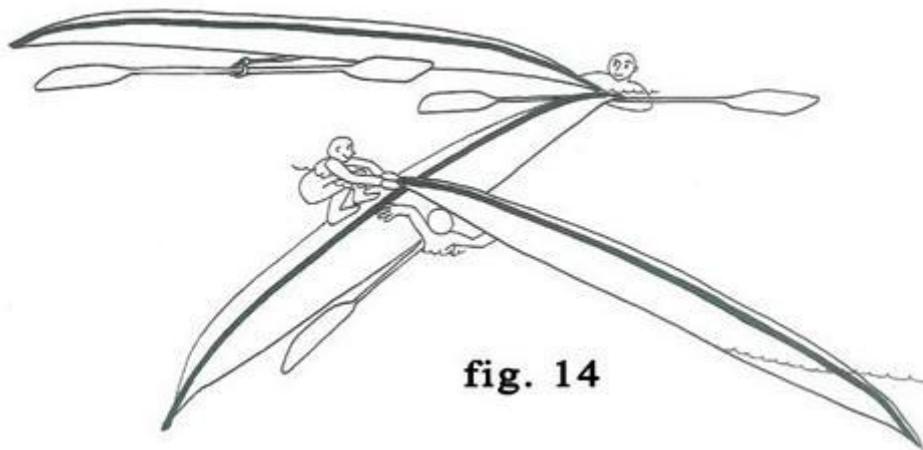
que lui tend le secouru. Le secouru peut, avec son autre main, prendre appui sur la pointe d'un autre kayak. Faire que le haut du corps du secouru soit couché sur l'avant, ou l'arrière, de son kayak : l'effort de redressement en est facilité. Par cette méthode, dans de l'eau très froide, on limite le temps d'immersion du dessalé. Après, il faut pomper ou écouper l'eau du cockpit. (voir Hypothermie)

Remonter dans son kayak par ses propres moyens

Cette technique doit être maîtrisée par les personnes qui partent naviguer seules. Il faut donc s'y entraîner. Utiliser un paddle-float, un pain de mousse ou le gilet de sauvetage (placé au bout de la pagaie). Avec l'un de ces systèmes la pagaie et son flotteur deviennent un appui relativement stable. Par mer un peu agitée, il est plus efficace d'avoir un moyen de fixer sa pagaie devant ou derrière son hiloire.

Récupération collective

Si tous les kayakistes passent à l'eau, on peut tout de même vider et remonter dans les bateaux : voir fig. 14 et 15.



Réparation d'un bateau sur l'eau

Le secouru se hisse sur le pont du kayak sauveteur pour limiter le refroidissement.
Caisson éclaté :

1. La réparation d'un caisson éclaté peut se faire sur l'eau avec du sillglass (bande bitumeuse – réparation provisoire). En randonnée, un caisson éclaté qui prend l'eau permet en général de faire route. Bien sûr, ce caisson doit être rempli : sacs étanches avec vêtements, duvet, nourriture, etc.

2. Dans le cas d'une grande ouverture et d'un caisson vide ou presque vide : renflouer le caisson éclaté avec des sacs étanches, des bouteilles vides, un gilet de sauvetage, un pain de mousse, un paddle-float, etc. Il peut être intéressant d'emporter 1 ou 2 gonflés de kayak de rivière en prévision de ce type de situation.

Arrivée de plage avec des rouleaux

Règle générale : un seul kayakiste par vague !

1. La meilleure solution pour une arrivée de plage avec un déferlement est qu'un des kayakistes les plus compétents débarque et indique au reste du groupe (par des signes convenus ou à la VHF) le meilleur endroit pour débarquer. La vision du large peut être trompeuse... Faire aborder les kayakistes les uns après les autres.

Attendre que le précédent ait débarqué avant de démarrer. Les premiers arrivés aident les atterrages difficiles...

2. Arrivée sur la plage en marche avant mais en refusant le surf par un pagayage arrière quand une vague arrive.

3. Arrivée sur la plage en marche arrière mais en refusant le surf par un pagayage avant quand une vague arrive.

4. Évitement d'une collision (avec un autre kayakiste bien sûr mais aussi avec un surfeur, planchiste, nageur, etc.).

La méthode consiste à tomber volontairement, ce qui arrête instantanément le kayak. Ne jamais attendre le dernier moment pour se renverser ! Il est conseillé de s'entraîner à cette méthode (un casque et un kayak en polyéthylène sont préférables).

5. Si les vagues déferlent sur une courte distance les kayakistes peuvent se mettre à l'eau avant les rouleaux et s'accrocher à leur bateau en le poussant devant eux. Faire des arrivées un par un...

Hypothermie

Stade 1

Excitation, respiration et battements cardiaques accélérés, frissons, tremblements, pâleur, mains froides.

-> Secouru remorqué en radeau (car un kayakiste re-chavire souvent peu de temps après un dessalage). L'accompagner de 15mn à 1 heure ou 2, suivant sa forme physique et psychologique, l'état de la mer, etc. Boisson chaude et sucrée, bonbons, barres de fruits, chocolat, etc. Lui mettre un bonnet et éventuellement le couvrir davantage (toujours avoir des vêtements de rechange en réserve).

Le rassurer.

Stade 2

Perte de tonicité, confusion mentale, désorientation et perte de mémoire, respiration et battements cardiaques plus lents. Température autour de 31°C, le frisson disparaît, raideur, respiration difficile.

-> Secouru remorqué en radeau. Le couvrir (bonnet, sac de survie ou à défaut couverture de survie). Aller à terre rapidement. Changer le secouru. Ne pas frictionner. Le laisser se réchauffer en douceur dans un endroit protégé du vent et du froid. Lui parler, le rassurer, l'accompagner...

Stade 3

Coma, pupilles dilatées, respiration et battements cardiaques très faibles (arrêt possible)

de la respiration). Température inférieure à 27°C.

-> Mettre le secouru sur un radeau (sac de survie ou à défaut couverture de survie, bonnet...). Joindre le CROSS par VHF (PAN PAN). Aller à terre. Ne pas frictionner, pas de boisson chaude. Monter une tente si possible ou trouver un endroit protégé du vent et du froid. Le couvrir au maximum. Le réchauffer très doucement sans le changer. S'allonger contre lui.

De manière générale bien couvrir la tête, de l'ordre de 40% de la déperdition calorique se fait par la tête et le cou.

(1) Ce texte est une adaptation d'un dossier signé de l'U.K.A., Union des Kayakistes de l'Auberge de Jeunesse de Paimpol, initié et coordonné par Guy Lecointre et coécrit avec Véronique Olivier, Jean-Marc Terrade, Yann Guillou, Eric Julé, Pascal Mallard et Guy Cloarec, publié en 2003, et inspiré de la réflexion et des pratiques sur la sécurité en kayak de mer du centre de formation de l'Auberge de Jeunesse (A.J.) de Paimpol de 1980 à 2000 (aujourd'hui fermée). Ce pôle de formation hautement référent pour les pratiques indépendantes et la randonnée pendant toutes ces années proposait aux kayakistes de mer de se former à la maîtrise de leurs propres navigations. Aujourd'hui Guy Cloarec, ex-directeur de l'A.J. de Paimpol et fondateur de ce centre de formation, est président de l'association kayakiste Manche Ouest www.manche-ouest.org, animée par Christian Scalbert (Guy Cloarec a publié avec Dominique Le Brun le livre, aujourd'hui épuisé, « Le kayak de mer (1993) ». Par ailleurs, il a amené une équipe à passer le Cap Horn en kayak en 1995).