

QUIZ COMPLET : PLONGÉE NIVEAU 1 **(PE20/PE12)**

PARTIE 1 : PRÉROGATIVES ET RÉGLEMENTATION

1. Quelle est la profondeur maximale d'évolution pour un plongeur PE20 ou PE 12 ?

- A) 12 mètres
- B) 20 mètres
- C) 40 mètres

2. Un plongeur encadré peut-il plonger en autonomie (sans guide) ?

- A) Oui, s'il est avec un autre Niveau 1.
- B) Non, il doit toujours être accompagné d'un Guide de Palanquée (GP).
- C) Seulement dans la zone des 6 mètres.

3. Combien de plongeurs encadrés au maximum peuvent composer une palanquée ?

- A) 2 plongeurs
- B) 4 plongeurs
- C) 6 plongeurs

4. Quel est le niveau minimum requis pour être Guide de Palanquée (GP) ?

- A) Niveau 3
- B) Niveau 4 ou diplôme de Guide de Palanquée (GDP)
- C) Niveau 2 avec 50 plongées

5. Quelle est la durée de validité standard d'un certificat médical pour un plongeur

adulte ?

- A) Moins de 6 mois
- B) Un an
- C) Moins de 2 ans

6. Pour un plongeur mineur, quelle est la durée de validité recommandée du certificat médical ?

- A) Moins d'un an
- B) Moins de 6 mois
- C) Moins de 3 mois

7. Lesquels de ces documents constituent le « passeport » obligatoire du plongeur ?

- A) Carnet de plongée, justificatif de niveau et certificat médical.
- B) Carte d'identité, carnet de plongée et assurance voiture.
- C) Diplôme de secourisme et justificatif de niveau uniquement.

8. Quelle est l'obligation légale d'un centre de plongée en matière de sécurité ?

- A) Obligation de résultat (aucun incident possible).
- B) Obligation de moyen (mettre en œuvre tout le nécessaire pour la sécurité).
- C) Aucune, le plongeur est seul responsable.

9. Quel matériel de sécurité doit obligatoirement être présent sur le bateau ?

- A) Uniquement des gilets de sauvetage.
- B) De l'oxygène, des moyens de communication et une bouteille de sécurité.

- C) Uniquement un kit de premiers secours basique.

10. Pourquoi est-il crucial de signaler la plongée en surface (pavillon) ?

- A) Pour que le bateau puisse retrouver les plongeurs plus facilement.
- B) Pour éviter les collisions et informer les navires de la présence de plongeurs.
- C) Pour respecter les traditions maritimes.

PARTIE 2 : PHYSIQUE ET SÉCURITÉ EN IMMERSION

11. Sous l'eau, de combien la pression augmente-t-elle tous les 10 mètres ?

- A) 0,5 bar
- B) 1 bar
- C) 2 bars

12. Pour équilibrer la pression dans vos oreilles à la descente, on utilise généralement :

- A) Le soufflage de masque.
- B) La manœuvre de Valsalva (pincer le nez et souffler doucement).
- C) La déglutition rapide et forcée.

13. Quelle est la règle d'or pour éviter l'accident de surpression pulmonaire ?

- A) Ne jamais s'arrêter de palmer.
- B) Ne jamais bloquer sa respiration, surtout à la remontée.
- C) Remonter le plus vite possible si on a peur.

14. Si vous ressentez une douleur aux oreilles durant la descente, vous devez :

- **A) Continuer de descendre rapidement.**
- **B) Remonter de quelques mètres jusqu'à la disparition de la douleur et réessayer.**
- **C) Forcer le passage en soufflant très fort.**

15. À quoi sert le manomètre haute pression ?

- **A) À mesurer la température de l'eau.**
- **B) À connaître la profondeur.**
- **C) À surveiller la réserve d'air restante dans la bouteille.**

16. Sous l'eau, quel geste fait-on pour signaler un problème d'oreilles ?

- **A) On montre son oreille avec l'index.**
- **B) On fait un signe de la main oscillante.**
- **C) On montre son masque.**

17. Quel équipement permet de stabiliser sa flottabilité sous l'eau ?

- **A) Les palmes.**
- **B) Le gilet stabilisateur (Stab).**
- **C) Le tuba.**

18. Le "placage de masque" à la descente est dû à :

- **A) Un masque trop petit.**
- **B) La compression de l'air à l'intérieur du masque.**
- **C) Un excès de buée.**

19. Quelle est la règle de conduite envers la faune et la flore ?

- A) On peut ramasser des coquillages vivants.
- B) On regarde avec les yeux, mais on ne touche à rien.
- C) On peut nourrir les poissons.

20. Quel est le délai minimum conseillé avant de prendre l'avion après une plongée ?

- A) 2 heures.
- B) 6 heures.
- C) Entre 12 et 24 heures.

SOLUTIONS

1-A ou B | 2-B | 3-B | 4-B | 5-B | 6-B | 7-A | 8-B | 9-B | 10-B | 11-B | 12-B | 13-B | 14-B | 15-C |
16-A | 17-B | 18-B | 19-B | 20-C