



# ECOLE DE MER 2018

Journal de l'école



18°C  
venteux

9 Avril 2018

## Cigale de mer (Scyllaridae)

Les **Cigales de mer**, regroupées en une famille (*Scyllaridae*, dans l'ordre des [Decapoda](#)), sont des crustacés comestibles proches des [homards](#), [langoustes](#) et [écrevisses](#).

Ce sont des crustacés au corps très aplati dorsoventralement. La carapace ne comporte pas de rostre, et les pattes n'ont pas de pinces, et aucune paire n'est agrandie par rapport aux autres. Les antennes sont en forme d'écaillés



Photo : Ana à Cais da Junta

## Carnet de plongée

09 Avril 2018

- 1.- Quinta do Lorde
- 2.- Cais da Junta



**Merci Elodie!**

Elodie a réussi à convaincre le restaurant de rester ouvert jusqu'à 14:45. Ceci a permis aux plongeurs affamés d'avoir son repas bien mérité.



## Le blaireau - Oubli de plombs

C'est un classique en plongée de sauter sans ces plombs. C'est ce qui est arrivée à notre premier blaireau de 2018. A sa décharge il faut savoir que c'est sa première école de mer au Calypso.

Palanquées (Rendez-vous à 07:45 au centre)



Jean-Pierre Audrey Jan	Juan Elodie Robin	Michael Sylvie Hubert
Pol Carlos Ana	Jacqueline Tomme	

## Conseil sécurité - Hydratez-vous



La déshydratation est un phénomène qui se produit lorsque les pertes du corps en eau : sudation, urines, selles... sont plus importantes que les quantités de liquides que l'on peut ingérer. Le **signe de déshydratation** le plus connu est la couleur de son urine. Si elle est de couleur pâle, cela signifie une bonne hydratation;

au contraire si elle est de couleur foncée, il est temps de boire car la déshydratation est proche. Si vous avez soif, cela signifie que votre corps est déjà déshydraté. Le comble pour un plongeur est donc de se retrouver déshydraté alors qu'il est entouré par des milliards de litres d'eau.